



ELECTRONIC THESIS AND DISSERTATION UNSYIAH

TITLE

KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN PANJANG TUNGKAI TERHADAP KECEPATAN DRIBBLE BOLA BASKET PADA UKM BOLA BASKET UNSYIAH TAHUN 2016

ABSTRACT

ABSTRAK

Darmawan, Rizal. 2017. Kontribusi Kelincahan Dan Panjang Tungkai Terhadap Kecepatan Dribble Bola Basket Pada UKM Bola Basket Unsyiah Tahun 2016. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Syiah Kuala. Pembimbing:

(1) Ifwandi, S.Pd, M.Pd. (2) Karimuddin, S.Pd, M.Pd.

Kata kunci: kelincahan, panjang tungkai, kecepatan dribble

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan panjang tungkai terhadap kecepatan dribble bola basket pada UKM bola basket Unsyiah Tahun 2016. Jenis penelitian ini ialah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet UKM bola basket Unsyiah Tahun 2016 berjumlah 12 orang. Mengingat populasi yang sangat sedikit maka keseluruhan populasi (total sampling) akan dijadikan sampel penelitian yang berjumlah 12 atlet.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah: (1) Tes kelincahan, diukur dengan Illinois agility run, (2) Tes panjang tungkai, diukur dengan menggunakan pita ukur, dan (3) Tes kecepatan dribble bola basket diukur dengan menggunakan tes menggiring cepat (dribble zig-zag). Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan rumus analisis korelasi sederhana dan korelasi ganda.

Hasil penelitian yang diperoleh adalah sebagai berikut: (1) Terdapat kontribusi yang signifikan antara kelincahan terhadap kecepatan dribble bola basket pada atlet UKM bola basket Unsyiah Tahun 2016, sebesar ($r=0,64$), kelincahan memberikan kontribusi sebesar 40% terhadap kecepatan dribble bola basket, (2) Terdapat kontribusi yang signifikan antara panjang tungkai terhadap kecepatan dribble bola basket pada UKM bola basket Unsyiah Tahun 2016 sebesar ($r = 0,58$) memberikan kontribusi sebesar 33% terhadap kecepatan dribble bola basket, (3) Terdapat kontribusi yang signifikan antara kelincahan dan panjang tungkai secara bersama-sama terhadap kecepatan dribble bola basket pada UKM bola basket Unsyiah Tahun 2016 sebesar ($R.x1x2y= 0,70$). Simpulan penelitian ini adalah terdapat kontribusi yang signifikan antara kelincahan dan panjang tungkai terhadap kecepatan dribble bola basket. Disarankan dalam upaya peningkatan kecepatan dribble hendaknya para pelatih dan atlet harus memperhatikan komponen kondisi fisik kelincahan dan panjang tungkai karena kedua komponen ini sangat berperan dalam kecepatan dribble bola basket.